

**Szabó Hangya Lilla¹ – Jámbori Szilvia² – Gál Zita³ –
Kasik László⁴ – Fejes József Balázs⁵**

¹ SZTE BTK Neveléstudományi Doktori Iskola

² SZTE BTK Pszichológiai Intézet

³ SZTE BTK Pszichológiai Intézet

⁴ SZTE Neveléstudományi Intézet

⁵ SZTE Neveléstudományi Intézet

Serdülők és fiatal felnőttek identitása az önértékelés és a társas támogatás függvényében

Az identitásalakítás olyan dinamikus folyamatként fogható fel, amely lehetővé teszi a különböző állapotok közötti rugalmas átjárást (Marcia, 1987). Így nem csupán alacsonyabb státusból magasabbba, hanem magasabból alacsonyabbba is lehetséges az átmenet. A regresszió általában az új, váratlan helyzetekhez való alkalmazkodás nehézségeit, az átmenetek bizonytalanságát is tükrözi (Waterman, 1982). A középiskola kezdetén és az egyetemi tanulmányok megkezdésekor a fiataloknak igen sok megváltozott körülménnyel kell szembenézniük, melyek hatással vannak a tanulással kapcsolatos viszonyulásaikra is. A megváltozott környezetbe való bekerülés, az oktatási intézmény szabályaihoz, normáihoz való alkalmazkodás, az új társas környezethez való adaptáció jelentős alkalmazkodást kíván meg tőlük, illetve az identitásalakítási folyamatukra is erős befolyást gyakorol. A serdülőkor legmeghatározóbb feladata az identitásalakítás folyamata (Erikson, 1968), ami egyéni és társas szinten egyaránt vizsgálható, azonban az identitás változása, fejlődése a fiatal felnőttkori fejlődésben is központi szerepet játszik (Marcia, 1987), mivel az ebben az időszakban meghozott döntések már sokkal stabilabbak, és a hosszú távú tervekre vonatkoznak.

Az identitásfejlődés

A serdülőkor átmenetet képez a gyermek- és felnőttkor között, mely változások sorozatát tartalmazza (Vikár, 1980). Ebben az időszakban játszódik le az identitásfejlődés folyamata is. Az identitás énazonosság-tudatot jelent, melynek jelentős szerepe van az egyén és a társadalom közötti kapcsolat megszilárdításában (Erikson, 1968).

Az emberi fejlődést az elméletalkotók különböző szakaszokra bontották. Ezek közül a legismertebb Erikson (1968) pszichoszociális fejlődés elmélete, miszerint a fejlődésben 8 szakaszt különböztethetünk meg, amelyben az 5. szakasznak, a serdülőkor időszakának

kitüntetett szerepet tulajdonított. Az eriksoni keretrendszer a folytonosságon alapszik. Az identitásfejlődés is a pszichoszociális fejlődés része. Elmélete azon a feltevésen alapszik, hogy az egyén élete során különböző kríziseket és konfliktusokat él át. Ahhoz, hogy a következő fázisba lépjen, meg kell oldania a fennálló konfliktust. Az identitás csak serdülőkorra alakul ki, mivel személyiségfejlődése során ekkorra jut el az egyén testi növekedésben és társadalmi felelősségérzetben odáig, hogy átélje és megoldja az identitásválságot.

Erikson nyomán több identitáselmélet látott napvilágot. Krappmann (1980) az identitást a konzisztencia és a kontinuitás kritériuma alapján képzeli el. A konzisztencia azt a fajta elvárást fogalmazza meg az egyénnel szemben, hogy képes legyen megőrizni egységét. A kontinuitásban pedig a cél, hogy az én ne az egymást követő szerepekben jelenjen meg: az önazonosság megőrzése a környezetében bekövetkező változások ellenére. Ez afféle egyensúlyozó identitáselmélet, amelyben a létrejövő identitás különböző, gyakran egymásnak is ellentmondó elemeket foglal magába, így a koherencia kialakítása komoly erőfeszítéseket igényel.

Erikson elméletének empirikus vizsgálata James Marcia (1987) nevéhez fűződik, aki a vizsgálatait eredményeképp a fiatalokat (18-24 évesek) négy identitásállapot valamelyikébe sorolja. A koncepció értelmében az érett identitás kivívását két változó befolyásolja: a krízis és az elköteleződés. A krízis azt az időszakot jelöli, amely alatt az egyén mérlegeli, milyen foglalkozást és világnézetet válasszon magának, az elköteleződés pedig arra utal, hogy az egyén milyen mértékben azonosul egy foglalkozással vagy egy nézettel, és ennek megfelelően tartósan felvállal egy meghozott döntést. Az identitásállapotok arra szolgálnak, hogy bemutassák, hogy a serdülő milyen fejlettségi szinten van. Ha érett, akkor képes arra, hogy önállóan döntsön arról, hogy milyen foglalkozást, vallást, politikai nézetet vagy akár milyen szexuális irányultságot választ. Négyféle identitásállapotot különböztet meg Marcia. (1) Diffúz identitás: ebben az esetben az egyén még nem köteleződött el, és nem is élt át identitáskrízist. A bizonytalanság, a döntésképtelenség jellemzi. Kipróbál sokféle irányt, de ezek a választások nem tartósak (pl. egymás után többféle szakterületen kezd el tanulmányokat vagy váltogatja a munkahelyeit). Az elköteleződés elhalasztása a fejlődés korlátja. (2) Korai zárás: ilyenkor a fiatal anélkül köteleződött el valamilyen foglalkozás és ideológia mellett, hogy átgondolta volna az identitáskrízisen. Látszólag problémamentesen jut el a fontos döntésekig.

Erikson elméletének empirikus vizsgálata James Marcia (1987) nevéhez fűződik, aki a vizsgálatait eredményeképp a fiatalokat (18-24 évesek) négy identitásállapot valamelyikébe sorolja. A koncepció értelmében az érett identitás kivívását két változó befolyásolja: a krízis és az elköteleződés. A krízis azt az időszakot jelöli, amely alatt az egyén mérlegeli, milyen foglalkozást és világnézetet válasszon magának, az elköteleződés pedig arra utal, hogy az egyén milyen mértékben azonosul egy foglalkozással vagy egy nézettel, és ennek megfelelően tartósan felvállal egy meghozott döntést. Az identitásállapotok arra szolgálnak, hogy bemutassák, hogy a serdülő milyen fejlettségi szinten van. Ha érett, akkor képes arra, hogy önállóan döntsön arról, hogy milyen foglalkozást, vallást, politikai nézetet vagy akár milyen szexuális irányultságot választ.

Valójában azonban arról van szó, hogy a keresési időszak kimaradt, és a család értékeit, szabályait, vallási vagy politikai álláspontját megkérdőjelezés nélkül fogadta el. Jellemzően olyan foglalkozást választ, ami megfelel a szülők nyílt vagy burkolt elvárásának. (3) Moratórium: a fiatal éppen egy identitásválságot él meg, és aktívan keresi a válaszokat azokra az életét érintő fontos kérdésekre, amelyekben bizonytalan, és amelyek mellett el akar köteleződni. Megéli a választás nehézségeit, a szülei elvárásai és rá vonatkozó tervei illetve saját érdeklődése közötti konfliktust. Ezen szakasz megoldása lesz majd az identitás elérése. (4) Valódi identitás: az identitás megtalálása, elérése. Ebben az állapotban, amikor az egyén megoldja az identitásválságot, az ott felmerülő kérdésekre adott válaszokkal.

Számos longitudinális kutatás vizsgálta az identitás fejlődését, illetve a különböző állapotok közötti modulációt (Waterman, 1982; Kroger és Haslett, 1988; Kroger, 2006). A vizsgálatok eredményei megerősítették azt a nézetet, hogy a különböző identitásállapotoknak van egy általános előfordulási sorrendje, melynek értelmében, ideális esetben, a korai zárást a moratórium, a moratóriumot pedig a valódi identitás kialakulása követi. Azonban az is bebizonyosodott (Kroger, 1995; Meeus és mtsai, 1999), hogy nincs szükségszerűen hierarchikus átmenet az úgynevezett alacsonyabb (diffúz, korai zárás) és a magasabb (moratórium, valódi identitás) állapotok között, hanem az identitás fejlődése különböző utakon mehet végbe. Ennek értelmében a serdülő a négyféle identitásállapot bármelyikében benne maradhat, továbbá nem kizárólag alacsonyabb állapotból magasabbba, de magasabból az alacsonyabb státus felé is mozoghat. A valódi identitás pedig nem szükségszerűen az identitás fejlődésének végpontja, mivel a fejlődés magában rejtí annak a lehetőségét is, hogy a serdülő jó néhány átmeneti állapoton megy keresztül, míg elér az identitáskrizis végére.

Waterman (1982) szerint az identitás kialakulását a szűkebb és tágabb környezet egyaránt befolyásolja. Kutatásában arra jutott, hogy a szülői bánásmód valamilyen formája mindegyik identitásállapot megnyilvánulásában markáns szerepet játszik. Az autoriter nevelési elvek alapvetően kétféle hatást válthatnak ki a serdülőből. Lehetnek korai zárók, alávetve magukat szülei tekintélyének, elfogadva elveiket, illetve fellázadhatnak a szülői autoritás ellen, keresztyúlmenve ezáltal az identitáskrizisen. A túlvédő és túlengedékeny nevelési stílus vezethet diffúzióhoz (bizonytalanság érzése) és korai záráshoz (konformitás) egyaránt. A demokratikus nevelési elv mellett lesz leginkább képes a serdülő a valódi identitás kialakítására. Frank és munkatársai (1990, idézi: Adams, 1995) vizsgálatukban rávilágítottak arra, hogy a nagyobb mértékű autonómia támogatása a szülői oldalról kevesebb korai záró fiataalt eredményez mind interperszonális, mind pedig ideológiai vonatkozásban, a túl nagy bizonytalanság azonban gyakran együtt jár a korai zárás előfordulásának növekedésével. A kutatási eredmények rámutattak arra is, hogy a moratóriumban és a valódi identitás állapotában lévő nagyobb mértékű szülői támogatást észleltek diffúz és korai záró társaikkal ellentétben, akik pedig több elutasításról számoltak be. Más vizsgálatokból (O'Connor, 1995) az is kiderült, hogy a szülők érzelmi támogatása a valódi identitás kialakulását segíti, és kevesebb számú diffúz fiataalt eredményez. Ez azonban a fiúkra volt jellemzőbb, lányok esetében az érzelmi támogatás a korai zárás nagyobb mértékével járt együtt.

Önértékelés

Az önértékelés az önmagunkkal kapcsolatos érzelmeinket és értékítéleteinket foglalja magában. Az önismeret az önmagunkról való tudást jelöli, azt, hogy ismerjük képességeinket, adottságainkat, vágyainkat, céljainkat, tudatában vagyunk személyiségünk pozitívumainak, emellett pontosan látjuk korlátainkat és a hiányosságainkat is (Dévai, 1980).

Az önértékelés a másokkal való összehasonlítási folyamat során alakul ki, ugyanis az egyén saját értékeit a másokkal való összehasonlítás révén ismeri fel (Cole és Cole,

1997). Az önértékelés szoros kapcsolatban áll a mentális egészséggel, meghatározza az étellel való elégedettséget, a stresszel való megküzdést, és fontos része az érzelmi stabilitásnak és a szubjektív jóllétnek (Topolski és mtsai, 2004). Kapcsolatba hozható a beilleszkedéssel és mutatója a sikeres alkalmazkodásnak is (Diener, 1984). Ezt támasztotta alá Adams (2005) tanulmánya is, melyben azt találta, hogy az önértékelés szintje képes mérni a stresszel való konfrontáció hatásait és következményeit, emellett segíti a környezeti ingerek értékelését és a megküzdés erőforrásainak mozgósítását. Kutatásunkban a Rosenberg-féle önértékelés skálát alkalmazunk. Rosenberg (1965) kognitív oldalról közelítette meg az önértékelést. Véleménye szerint az önértékelés az „én” sémájának összetevője, amely meghatározza, hogy a személy milyen mértékben hajlamos pozitívan értékelni magát, valamint elutasítani a negatív tulajdonságait.

Kutatói eredmények szerint az önértékelés stabil, vonásként azonosítható, ami összefüggést mutathat a nemmel és az életkorral. Egy nagymintás kutatásban Robins és munkatársai (2002) azt találták, hogy az önértékelés változása egy U alakú mintát követ, azaz gyermekkorban alacsonyabb, mint serdülőkorban, majd a felnőttkorban fokozatosan nő, öregkorban pedig ismét csökken.

A társas kapcsolatok jelenősége

A társas támogatás a „jelentős mások” által nyújtott pszichoszociális erőforrások összességét jelenti (Kaplan és mtsai, 1977), melynek meghatározó szerepe van a serdülőkor folyamán, amikor számos változáshoz kell alkalmazkodnia a fiataloknak. A csoporthoz tartozás élménye stresszcsökkentő hatású, biztonságérzettel jár együtt, míg hiánya az emberi kapcsolatok iránti bizalmatlansággal és biológiai sérülékenységgel járhat együtt (Fónagy, 1996). Mérei (1998) szerint a második leválás időszaka ez, melyben az erkölcsi gondolkodás is jelentős átalakuláson megy keresztül. Míg gyermekkorban elfogadták a szülők morális tanításait, ebben az időszakban már felülvizsgálják ezeket. A család helyett a barátok válnak fontossá, szívesebben töltik el az időt az ő társaságukban, mindemellett az ő véleményük az elsődleges a szülőkével szemben. A barátok

A társas támogatás a „jelentős mások” által nyújtott pszichoszociális erőforrások összességét jelenti (Kaplan és mtsai, 1977), melynek meghatározó szerepe van a serdülőkor folyamán, amikor számos változáshoz kell alkalmazkodnia a fiataloknak. A csoporthoz tartozás élménye stresszcsökkentő hatású, biztonságérzettel jár együtt, míg hiánya az emberi kapcsolatok iránti bizalmatlansággal és biológiai sérülékenységgel járhat együtt (Fónagy, 1996). Mérei (1998) szerint a második leválás időszaka ez, melyben az erkölcsi gondolkodás is jelentős átalakuláson megy keresztül. Míg gyermekkorban elfogadták a szülők morális tanításait, ebben az időszakban már felülvizsgálják ezeket. A család helyett a barátok válnak fontossá, szívesebben töltik el az időt az ő társaságukban, mindemellett az ő véleményük az elsődleges a szülőkével szemben. A barátok megválasztásánál már nem csak a közös időtöltés dominál, hanem fontossá válik a szimpátia és a belső tulajdonságok megismerése.

megválasztásánál már nem csak a közös időtöltés dominál, hanem fontossá válik a szimpátia és a belső tulajdonságok megismerése. A társas támogatás forrásaként a barátok egyrészt segítik a serdülőt az új kihívásokkal és élethelyzetekkel való megküzdésben is. Emellett továbbra is jelentős szerepet töltenek be a szülők, akik nevelési értékei, normái közvetetten befolyásolják a fiatalok döntéseit, cselekvéseit. A szülőkhöz való biztonságos kötődés, a szülői bizalom és a megfelelő szülői támogatás összefüggést mutat a szubjektív jólléttel, az önbizalom magasabb szintjével és a hatékonyabb konfliktusmegoldó képességekkel (Vazsonyi, 2003).

Kutatási kérdés, hipotézisek

Vizsgálatunk célja annak felderítése volt, hogy milyen hatása van az önértékelésnek és a társas támogatásnak az identitás alakulására serdülő és fiatal felnőttkorban. Kimutatható-e összefüggés az önértékelés és az identitásállapotok között, illetve a társas támogatás mely formája (család, barát, jelentős mások) mutat jelentősebb hatást az identitásállapotokra?

Hipotézisek:

1. Korábbi kutatási eredményekkel (Waterman, 1982; Kroger, 2006) összhangban életkori különbséget feltételezünk az identitásállapotok megjelenésében, mivel kimutatható, hogy a különböző identitásállapotoknak van egy általános előfordulási sorrendje, melynek értelmében, ideális esetben, a korai zárást a moratórium, a moratóriumot pedig a valódi identitás kialakulása követi. Az állapotok megjelenésében egy fejlődési sorrendiség is megfigyelhető, ennek értelmében feltételeztük, hogy az életkor előrehaladtával nő a moratórium és a valódi identitás mértéke, és csökken a diffúzió és a korai zárás állapota.
2. A magasabb önértékelés segíti a valódi identitás állapot kialakulását. Több kutatás támasztotta alá a magasabb önértékelés személyiségre gyakorolt pozitív hatását, a magasabb önértékelés együttjár a stresszhelyzetekkel való hatékony megküzdéssel (Adams, 2005). Megmutatja, hogy az egyén mennyire képes pozitívan értékelni önmagát (Rosenberg, 1965), ugyanakkor kapcsolatban áll az életminőséggel és a szubjektív jóllét érzésével is (Topolski és mtsai, 2004).
3. Az alacsonyabb önértékelés a diffúz identitás állapotával mutat összefüggést. Az identitás diffúzió szakaszában a keresés és a különböző irányok kipróbálása a jellemző, az elköteleződés hiánya pedig korlátozza a fejlődést. A pozitív önértékelés hiánya a serdülők esetében gyakran vezet alkalmazkodási zavarokhoz, előidézhethet egy ellenséges, visszahúzó magatartást, ami előbb-utóbb a másoktól való elszigetelődéshez vezet (Adams, 2005). Ez az állapot pedig akadályozhatja az identitásválság hatékony megoldását.
4. Az észlelt társas támogatás kedvez a valódi identitásállapot kialakulásának. Korábbi kutatási eredmények kimutatták (Vazsonyi, 2003), hogy a szülőkhöz való biztonságos kötődés, a szülői bizalom és a megfelelő szülői támogatás nagyobb önbizalomhoz és jobb konfliktusmegoldó képességekhez vezet, amelyek elengedhetetlenek egy identitásválság megoldásához, és jelentős szerepet töltenek be a valódi identitás kialakulásában.

Módszerek

Résztvevők – a minta bemutatása

A kutatásban több megye középiskolájából és a Szegedi Tudományegyetem több karáról vettek részt diákok és felsőoktatási hallgatók. A kutatásba 164 középiskolás diák ($N_{\text{fiú}}=59$, $N_{\text{lány}}=105$, Átlagéletkor=14,94 év) és 184 alapképzéses egyetemista ($N_{\text{fiú}}=75$, $N_{\text{lány}}=109$, Átlagéletkor=19,66 év) vett részt. A középiskolások esetében az adatok felvételére igazgatói és szülői engedélyt egyaránt kaptunk. A diákok két tanítási óra alatt töltötték ki a kérdőíveket, munkájukat a pedagógusok felügyelték. Az egyetemisták önként vehettek részt a kutatásban, és egyetlen előadás keretében töltötték ki a kérdőíveket.

A vizsgálatot a Pszichológiai Kutatások Egyesült Etikai Bíráló Bizottsága (EPKEB) hagyta jóvá (etikai engedély száma: 2017/125).

Vizsgálati eszközök

A vizsgálatban részt vevő személyeknek egy 13 kérdőívből álló kérdőívsomagot kellett kitölteniük, illetve a demográfiai adatok mellett (nem, életkor) válaszolniuk kellett különböző kérdésekre, amelyek a tanulmányi eredményükkel, a szülők iskolai végzettségével, lakóhelyükkel, a családdal, barátokkal eltöltött idő mennyiségére vonatkoznak.

A jelenlegi tanulmányban ebből a kérdőívsomagból az önértékelés, az identitás és a társas támogatás mérésére alkalmas kérdőívek eredményeit használtuk fel.

Az önértékelés mérésére a Rosenberg Önértékelés Skálát (Sallay, Martos, Földvári, Szabó és Ittész, 2014) alkalmaztuk, ami egy általános értelemben vett önértékelést mér (Cronbach $\alpha=0,86$). A kérdőív 10 állítást tartalmaz, amelyekről a vizsgálati személyeknek egy 4-fokú Likert-skálán kell eldönteniük, hogy mennyire jellemzőek rájuk az adott állítások (pl.: „*Úgy érzem, értékes ember vagyok, legalább annyira, mint mások*”).

A társas támogatást a Multidimenzionális Észlelt Társas Támogatás (MSPSS) kérdőívvel mértük. A kérdőívet Zimet és munkatársai 1988-ban fejlesztették ki, a magyar változatát Papp-Zipernovszky, Kékesi és Jámbori (2017) készítették el. A kérdőív 10 tételből áll, egy 5-fokú Likert-skálán kell értékelni a vizsgálati személyeknek, hogy mennyire jellemzőek rájuk az állítások. 4 állítás a Család alfaktorhoz (pl.: „A családomra mindig számíthatok”, Cronbach $\alpha=0,92$), 3 állítás a Barátok alfaktorhoz (pl.: „Meg tudom beszélni a problémáimat a barátaimmal”, Cronbach $\alpha=0,86$) és 3 állítás a Jelentős mások alfaktorhoz kapcsolódik (pl.: „Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akire számíthatok”, Cronbach $\alpha=0,89$).

Az identitásállapotokat Identitás-Állapotot Mérő Objektív Kérdőív Kiterjesztett és Átdolgozott Változatával (EOM-EIS-II, Bennion és Adams, 1986 (magyarul Biegelbauer, 2003; Szabó, 2003) mértük. A kérdőív külön méri az identitás két aspektusát, az ideológiai és interperszonális identitást. Jelen kutatásban csak az interperszonális identitásra vonatkozó 32 állítást használtuk fel, amely a barátsággal, randevúzással, nemi szerepekkel és szabadidős tevékenységekkel kapcsolatos tételeket tartalmaz. Az állításokkal való egyetértés mértékét a kitöltő személyek egy hatfokú, Likert-típusú skála segítségével értékelhetik, ahol az 1-es az „Egyáltalán nem értek egyet”, a 6-os pedig a „Teljes mértékben egyetértek”. Elméleti alapja a Marcia-féle Identitásállapot Paradigma (Marcia, 1966), melynek megfelelően a négyféle identitásállapotot külön méri: diffúz identitás (8 állítás, pl.: „Kialakulatlan bennem, hogy mit várok egy randevútól.”, Cronbach $\alpha=0,76$), korai zárás (8 állítás, pl.: „Csak olyan barátokat választok, akiket a szüleim is elfogadnak.”, Cronbach $\alpha=0,81$), valódi identitás (8 állítás, pl.: „Eddigi tapasztalataim alapján megtaláltam azt a típusú partnerkapcsolatot, amely megfelelő számomra.”,

Cronbach $\alpha=0,82$), moratórium (8 állítás, pl.: „Sokféle szabadidős tevékenységet kipróbáltam már abban a reményben, hogy találok néhányat, amelyekben igazán öröömöm lelem.”, Cronbach $\alpha=0,79$).

Eredmények

Életkori különbségek az önértékelés, az észlelt társas támogatás és az identitásállapot alapján

A független mintás t-próba eredményei szerint nem volt szignifikáns különbség az egyetemisták és középiskolások között az önértékelés tekintetében (lásd 1. táblázat). Azonban a Családtól és a Jelentős másoktól érkező társas támogatás észlelése esetében szignifikáns különbséget azonosíthattunk a két korcsoport között. Az eredmény azt mutatta, hogy az egyetemisták szignifikánsan magasabb mértékű támogatást észleltek mind a családjuktól, mind a jelentős másoktól (lásd 1. táblázat). Az identitásállapotok szerint szintén szignifikáns különbséget azonosítottunk a diffúz identitás, a korai zárás és a valódi identitás esetében. Az eredmények szerint a középiskolások szignifikánsan magasabb értéket mutattak a diffúz identitás és a korai zárás tekintetében, míg a valódi identitás állapota az egyetemistákra volt jellemzőbb (lásd 1. táblázat).

1. táblázat. Korcsoportok szerinti különbségek az önértékelés, az észlelt társas támogatás és az identitásállapot alapján

	Középiskolások	Egyetemisták	Statisztikai elemzés
Önértékelés	M=33, (SD=7,1)	M=34, (SD=6,8)	t (334)= -1,78, p= 0,76
Társas támogatás – család	M=3,93, (SD=1,07)	M=4,29, (SD=0,83)	t (339)= -3,43, p= 0,01
Társas támogatás – barátok	M=4,31, (SD=0,94)	M=4,46, (SD=0,77)	t (340)= -1,65, p= 0,99
Társas támogatás – jelentős mások	M=4,41, (SD=0,99)	M=4,77, (SD=0,77)	t (338)= -4,38, p= 0,00
Diffúz identitás	M=2,87, (SD=0,83)	M=2,52, (SD=0,81)	t (338)= 3,88, p= 0,00
Moratórium	M=3,06, (SD=0,79)	M=2,99, (SD=0,74)	t (334)= ,841, p= 0,40
Korai zárás	M=2,42 (SD=0,84),	M=2,05 (SD=0,70),	t (338)= 4,36, p= 0,00
Valódi identitás	M=3,56 (SD=0,85)	M=4,09 (SD=0,79).	t (338)= -5,92, p= 0,00

Összefüggések az önértékelés, az identitásállapotok és a társas támogatás között

Kutatásunkban arra voltunk kíváncsiak, hogy az önértékelés és a társas támogatás milyen kapcsolatban állnak az identitásállapottal. Az egyetemisták esetén szignifikáns közepes erősségű pozitív együttjárást figyeltünk meg az önértékelés és a család ($r(185)=0,345$, $p<0,001$), a barátok ($r(185)=0,332$, $p<0,001$) és a jelentős mások ($r(185)=0,378$, $p<0,001$) felől érkező társas támogatás között. Az identitásállapotok esetében pedig az elemzések azt mutatták, hogy a család felől érkező társas támogatás közepes erősségű szignifikáns együttjárást mutat a korai zárás állapotával ($r(185)=0,381$, $p<0,001$). Ugyanakkor ennél a korosztálynál még azonosítható volt egy szignifikáns közepes erősségű negatív irányú együttjárás az önértékelés és a diffúz identitás állapota között ($r(185)= -0,301$, $p<0,001$),

amely azt mutatja, hogy a diffúz identitás állapota nagyobb valószínűséggel jár együtt az alacsonyabb önértékeléssel.

A középiskolás korosztálynál szintén megfigyelhettük, hogy az önértékelés pozitív szignifikáns együttjárást mutat a valódi identitás állapotával ($r(147)=0,306$, $p<0,001$). A család ($r(146)=0,309$, $p<0,05$), a barátok ($r(146)=0,312$, $p<0,001$) és a jelentős mások ($r(146)=0,318$, $p<0,001$) támogatása esetén szintén közepes erősségű pozitív együttjárás azonosítható az önértékeléssel. Továbbá itt is megfigyelhető az észlelt családi támogatás és a korai zárás identitásállapotának együttjárása ($r(148)=0,219$, $p<0,001$).

A részletesebb összefüggések feltárása miatt lineáris regresszioelemzést végeztünk, hogy megvizsgáljuk az identitásállapotok, az észlelt társas támogatás és az önértékelés kapcsolatát.

A valódi identitás kialakulásában a barátoktól és a jelentős másoktól érkező észlelt támogatás volt a meghatározó, 14%-kal magyarázva a varianciát (lásd 2. táblázat). Az összefüggés azt mutatja, hogy minél támogatóbbnak észleli a fiatal a baráti környezetét, és minél több támogatást percipál a számára fontos személyektől, annál nagyobb a valószínűsége a valódi identitás megjelenésének.

2. táblázat. A valódi identitás kialakulását befolyásoló tényezők

Változók	R	R²- változás	b	Béta	T	p
<i>Valódi identitás $F_{(1, 325)} = 31,39$; $p < 0,00$</i>						
Észlelt társas támogatás – barát	0,297	0,09	0,196	0,194	2,90	< 0,01
Észlelt társas támogatás – jelentős m.	0,326	0,14	1,90	0,169	2,53	< 0,01
(Konstans)			2,11			

A diffúz identitás megjelenését ezen társas támogatások (barátok, jelentős mások) hiánya jellemzi, 11%-os magyarázott varianciával. Az összefüggések azt mutatják, hogy minél kevesebb baráti és jelentős másoktól érkező támogatást észlelnek a fiatalok, annál inkább a diffúz identitás állapota figyelhető meg náluk (lásd 3. táblázat).

3. táblázat. A diffúz identitás megjelenését befolyásoló tényezők

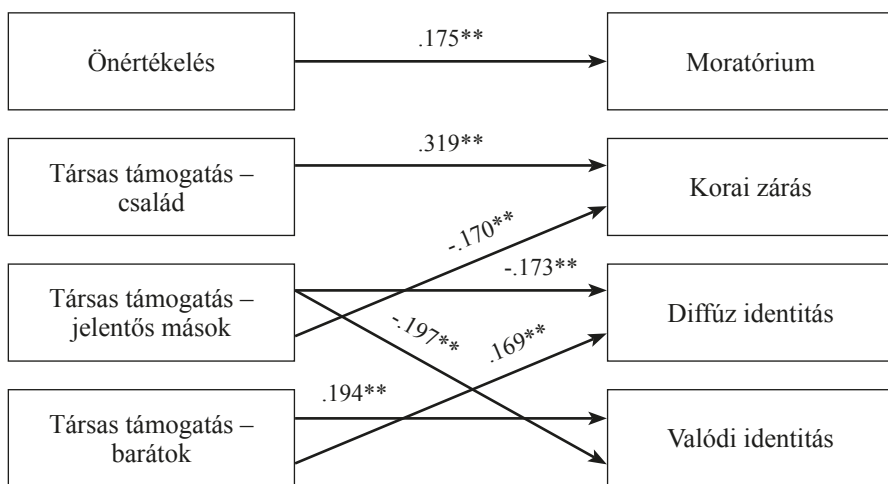
Változók	R	R²- változás	b	Béta	T	p
<i>Diffúz identitás $F_{(1, 325)} = 36,74$; $p < 0,001$</i>						
Észlelt társas támogatás – barát	0,307	0,09	-0,208	-0,197	5,34	< 0,01
Észlelt társas támogatás – jelentős mások	0,335	0,11	-0,166	-0,173	2,57	< 0,01
(Konstans)			1,89			

A korai záró identitásállapot megjelenésében a családból érkező társas támogatás hatása a kifejezett, míg a jelentős mások támogatása esetén negatív összefüggést kaptunk. A moratórium esetében pedig csak az önértékelés szerepét sikerült azonosítani, 12%-kal magyarázva a varianciát (lásd 4. táblázat).

4. táblázat. A korai zárást és a moratóriumot befolyásoló tényezők

Változók	R	R ² -változás	b	Béta	T	p
Korai zárás $F_{(1, 325)} = 13,74; p < 0,001$						
Észlelt társas támogatás – család	0,236	0,07	0,256	0,319	5,34	< 0,01
Észlelt társas támogatás – jelentős mások	0,279	0,12	-0,170	-0,170	2,57	< 0,01
(Konstans)			1,89			
Moratórium $F_{(1, 325)} = 9,98; p < 0,001$						
Önértékelés	0,185	0,12	0,368	0,175	5,34	< 0,01
(Konstans)			2,02			

A következő 1. ábra a regresszioelemzés eredményét egy komplex modellben mutatja be. A modell jól szemlélteti a társas támogatás szerepét az identitásalakítás folyamatában, kiemelve, hogy a család támogató szerepe elsősorban a korai zárás megjelenésében mutatkozott, ezzel is alátámasztva a szülők jelentős befolyásoló szerepét az identitásalakítás ezen állapotában, valamint az önértékelés jelentőségét a moratórium explorációs időszakában.



1. ábra. Az identitásállapotok megjelenését befolyásoló tényezők (**: $p < 0,05$, A számok a Béta értékeket jelölik)

Összegzés

Kutatásunk célja az volt, hogy az önértékelés és a társas támogatás szerepét tanulmányozzuk az identitásalakítás folyamatában középiskolások és egyetemisták között. Az identitásalakítás dinamikus folyamatként fogható fel, amely lehetővé teszi a különböző állapotok közötti rugalmas átjárást. Így nem csupán alacsonyabb státusból magasabbba, hanem magasabból alacsonyabbba is lehetséges az átmenet. A regresszió általában az új, váratlan helyzetekhez való alkalmazkodás nehézségeit, az átmenetek bizonytalanságát is

tükrözi. Mindkét korosztály esetében nehéz időszakról beszélhetünk. A középiskolásoknál magát a serdülőkor okozta nehézségeket fontos figyelembe venni, míg az első éves egyetemistáknál az egyetemi lét újszerűsége, kevésbé kötött kerete, és sokszor a szülői ház elhagyása okozza a nehézségeket. Egy esetlegesen bekövetkező tanulmányi teljesítményromlás hátterében számos pszichológiai tényező húzódnak meg, amelyekre akár az újszerű környezeti hatások is befolyással lehetnek. Emiatt is fontos lehet megismerni azoknak a tényezőknek a hatását, amelyek segíthetik a valódi identitás állapotelérését és a regresszió elkerülését egy esetleges krízis esetén. Vizsgálati eredményeink alátámasztották 1. hipotézisünket, miszerint az identitásállapotok megjelenésében különbséget találtunk a középiskolások és az egyetemisták között. Eredményeink szerint a középiskolás diákok esetében szignifikánsan gyakrabban figyelhettük meg a diffúz identitást és a korai zárást, míg a valódi identitás megjelenése az egyetemisták körében volt hangsúlyosabb. Eredményeink összhangban vannak Cramer (2004) megállapításaival, miszerint az életkor előrehaladtával a személyes tapasztalatok növekedése hozzájárulhat a valódi identitás állapot előfordulásának növekedéséhez és a diffúz állapot csökkenéséhez.

A társas beágyazottság a jóllét egyik komponense. Emellett hazai és nemzetközi eredmények szerint is a lelki és testi egészség megőrzésének kulcstényezője, különösen, ha stresszhelyzetben van az egyén (Hamvai és Pikó, 2009). A magasabb önértékelés növeli az optimizmust, csökkenti az agressziót, segít a stresszel való megküzdésben, egyfajta „lelki edzettséget” ad (Hamvai és Pikó, 2009). Kutatási eredményeink azt mutatják, hogy a középiskolások és egyetemisták különbözőképpen érzélik a társas környezetükből érkező támogatást: az egyetemisták esetében szignifikánsan jelentősebb családi környezetből érkező támogatást figyelhettünk meg, illetve náluk hangsúlyozódott a környezetükben élő jelentős másoktól érkező észlelt támogatás mértéke is. Az eredményt jól magyarázhatja, hogy a vizsgált középiskolások (14-15 évesek) éppen fejlődésük abban a szakaszában vannak, ahol leginkább a kortársak befolyása, a kortárscsoportban

A társas beágyazottság a jóllét egyik komponense. Emellett hazai és nemzetközi eredmények szerint is a lelki és testi egészség megőrzésének kulcstényezője, különösen, ha stresszhelyzetben van az egyén (Hamvai és Pikó, 2009).

A magasabb önértékelés növeli az optimizmust, csökkenti az agressziót, segít a stresszel való megküzdésben, egyfajta „lelki edzettséget” ad (Hamvai és Pikó, 2009). Kutatási eredményeink azt mutatták, hogy a középiskolások és egyetemisták különbözőképpen érzélik a társas környezetükből érkező támogatást: az egyetemisták esetében szignifikánsan jelentősebb családi környezetből érkező támogatást figyelhettünk meg, illetve náluk hangsúlyozódott a környezetükben élő jelentős másoktól érkező észlelt támogatás mértéke is. Az eredményt jól magyarázhatja, hogy a vizsgált középiskolások (14-15 évesek) éppen fejlődésük abban a szakaszában vannak, ahol leginkább a kortársak befolyása, a kortárscsoportban elfoglalt új pozíciók kivívása, az új környezeti feltételekhez való alkalmazkodás köti le figyelmüket.

elfoglalt új pozíciók kivívása, az új környezeti feltételekhez való alkalmazkodás köti le figyelmüket.

Vizsgálatunk jelentős eredményeket hozott az identitásfejlődést befolyásoló tényezőkről is. Az elemzéseink bebizonyították, hogy a vizsgált korcsoportokban a valódi identitás megjelenésében a barátok és jelentős mások támogatása a meghatározó, amely részben alátámasztja 4. hipotézisünket. Korábbi kutatások (Adams, 1998) inkább a szülők érzelmi támogatását hangsúlyozták a moratórium és valódi identitás kialakulásában, azonban a mi vizsgálatunkban elsődlegesen a barátok és jelentős mások felől érkező támogatás meghatározó szerepét azonosíthattuk, míg a korai zárás szoros együttjárást mutatott a családi támogatással. Frank és munkatársai (1990) azonban arra is rámutattak, hogy a nagyobb mértékű autonómia támogatása a szülői oldalról kevesebb korai záró fiatalt eredményez mind interperszonális, mind pedig ideológiai vonatkozásban. A mi vizsgálati eszközünk a család oldaláról nem az autonómia támogatását mérte, hanem a család mint pszichoszociális erőforrás jelenétét a mindennapokban és a nehéz helyzetekben. A család túlzott támogatása, a szülők határozottabb jelenléte eredményezhet korai zárást a fiataloknál, ahogyan a helikopter-nevelés (LeMoyne és Buchanan 2011) esetében is gyakran megfigyelhetünk ún. bumerángxerekeket, akik leválása, önállósdása nehézkesen történik. Az ilyen családi környezetben a szülő befolyása, irányítása, állandó jelenléte és a problémák elhárítása meghatározó a gyermek életében, melynek következtében az identitásalakítása során a szülőktől készen kapott iránymutatásokat, utakat, célokat követi, és kevésbé jellemzi majd a krízisek megtapasztalásán keresztüli identitásalakítási folyamat. A diffúz identitás megjelenésében mind a barátok, mind a jelentős mások támogatásának hiánya vagy kevesebb jelenléte azonosítható. Korrelációs vizsgálatokkal sikerült 3. hipotézisünket is igazolni, miszerint az önértékelés és a diffúz identitás között negatív irányú együttjárást figyeltünk meg, amely elővételezi, hogy az alacsonyabb önértékelés gyakrabban eredményez diffúz identitást. Waterman (1982) a túlvédő és túl engedékeny nevelési stílust azonosította a diffúzió kialakulásában, illetve gyakran megfigyelhetjük, a diffúz identitással rendelkező személyeknek nincs kiforrt véleményük, vagy ha van is, az általában szituatív jellegű, éppen az adott helyzetre, adott társas környezet elvárásaira vonatkozó. A bizonytalanság miatt érezhetnek és kaphatnak is kevesebb társas támogatást is baráti környezetükből. A moratórium állapotában magasabb szintű szorongást, bizonytalanságérzetet, nagyfokú nyitottságot, kíváncsiságot azonosíthatunk (Kroger, 1996), amely az aktív keresési folyamat természetes velejárója. Vizsgálatunkban a moratórium és az önértékelés között találtunk kapcsolatot, amely azt mutatja, hogy a moratórium eléréséhez szükséges egy egészséges önértékelés, önbizalom. A moratóriumba lépve a fiatal a számára lényeges kérdésekkel, helyzetekkel foglalkozik, már kialakult érdeklődési köre mentén keresi a kérdésekre a válaszokat maga.

2. hipotézisünket csak részben sikerült igazolni, mivel csak a középiskolásoknál tudtunk együttjárást kimutatni az önértékelés és valódi identitás között, részletesebb vizsgálatunkban pedig a pozitív önértékelés szerepét a moratórium állapotában azonosíthattuk.

Az identitásalakítás folyamatában nagyon jelentős, hogy bizonyos mértékű szabadságot biztosítsunk a fiatal számára, lehetővé téve ezzel különböző szerepek próbálgatását. Ez az explorációs tevékenység az identitásképzés egyik alapja, mely nélkül nem valósulhat meg az identitáskrízis sikeres megoldása.

A vizsgálatunk fontos iránymutatást ad arra vonatkozóan, hogy mind serdülőkorban, mind a fiatal felnőttkor küszöbén érdemes megvizsgálni, hogy a fiatal hol tart az identitásfejlődésben. Természetesen nem csak a magasabb önértékelés és az észlelt társas támogatás segítheti a valódi identitásállapot elérését, viszont olyan jelentős pszichés erőforrások, melyek egyértelműen pozitívan támogatják a folyamatot.

Támogatás

A kutatást az EFOP-3.6.1-16-2016-00008 azonosítójú,
EU társfinanszírozású projekt támogatta

Irodalom

- Adams, G. R. (2005). Adolescent development. In Gullotta, Th. P. & Adams, G. R. (szerk.), *Handbook of adolescent behavioral problems: Evidence-based approaches to prevention and treatment*. New York: Springer Science, Business Media.
- Adams, G. R. (1985). Family correlates of female adolescents' ego-identity development. *Journal of Adolescence*, 8, 69-82. doi:10.1016/S0140-1971(85)80008-7
- Baumeister, R. F. (1986). *Identity Cultural Change and the Struggle for Self*. Oxford: Oxford University Press.
- Biegelbauer Helga (2003). *A serdülőkori kötődés jelentősége*. Nem publikált szakdolgozat. ELTE Pszichológia szak, Budapest.
- Cole, M. & Cole, S. (1997). *Fejldéslektan*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Cramer, P. (2004). Identity change in adulthood: The contribution of defense mechanisms and life experiences. *Journal of Research in Personality*, 38(3), 280-316. doi:10.1016/S0092-6566(03)00070-9
- Dévai Margit (1980). Énkép-korrekcio. Önismeret játékmódszerrel a serdülőkorbán. Budapest: Pest Megyei Pedagógiai Intézet.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Deelstra, J. (1981). *Work Stress and Social Support*. Massachusetts Reading: Addison Wesley.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Fonagy, P. (1996). Patterns of attachmentinterpersonal relationships and health. In Blane, D., Brunner, E. & Wilkonson, R. (szerk.), *Health and Social Organization*. New York, NY: Routledge. 125-151.
- Hamvai Csaba & Pikó Bettina (2009). Serdülők szubjektív jóllétét meghatározó társas tényezők a családbán és az iskolában. *Új Pedagógiai Szemle*, 59(4), 30-42.
- Ilan, B. H., Cassel, J. C. & Gore, S. (1977). Social support and health. *Medical Care*, 15(5), 47-58.
- Kaplan, B. H., Cassel, J. C. & Gore, S. (1977). Social support and health. *Medical Care*, 15(5), 47-58.
- Krappmann, L. (1980). Az identitás szociológiai dimenziói. *Szociológiai Füzetek*, 21. Budapest: Oktatási Minisztérium.
- Koger, J. (2006). *Identity development: Adolescence through adulthood*. London: Sage Publications.
- Kroger, J. (1995). The differentiation of „firm” and „developmental” foreclosure identity statuses: A longitudinal study. *Journal of Adolescent Research*, 10, 317-337. doi:10.1177/0743554895103002
- Kroger, J. & Haslett, S. J. (1988). Separation-individuation and ego-identity status in late adolescence: A two year longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, 17, 59-79. doi:10.1007/BF01538724
- LeMoyné, T. & Buchanan, T. (2011). Does „hovering” matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418. doi:10.1080/02732173.2011.574038
- Marcia, J. E. (1987). The identity status approach to the study of ego identity development. In Honess, T. & Yardley, K. (szerk.), *Self and identity: Perspectives across the lifespan*. New York: New York Press.
- Meeus, W., Iedema, J., Helsen, M. & Vollebergh, W. (1999). Patterns of Adolescent Identity Development: Review of Literature and Longitudinal Analysis. *Developmental Review*, 19, 419-461. doi:10.1006/drev.1999.0483
- Mérei Ferenc (1998). *Gyermelelektan*. Budapest: Medicina Könyvkiadó.
- Murányi-Kovács Endréné (1980). *A serdülőkör*. Budapest: Kossuth Könyvkiadó
- O'Connor, B. P. (1995). Identity development and perceived parental behavior as sources of adolescent egocentrism. *Journal of Youth and Adolescence*, 24, 205-227. doi:10.1007/BF01537150
- Papp-Zipernovszky Orsolya, Kékesi Márk Zoltán & Jámbori Szilvia (2017). *A Multidimenzionális Észlelt Társas Támogatás Kérdőív magyar nyelvű validálása*. doi: 10.1556/0406.18.2017.011
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D. & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychological Aging*, 17(3), 423-434. doi: 10.1037/0882-7974.17.3.423
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Sallay Viola, Martos Tamás, Földvári Mónika, Szabó Tünde & Ittész András (2014). A Rosenberg Önértékelés Skála (RSES-H): alternatív fordítás, strukturális invariancia és validitás. *Mentálhigiéné*

és *Pszichoszomatika*, 15(3), 259-275. doi:10.1556/Mental.15.2014.3.7

Szabó Gábor (2003). *A serdülőkori identitás és a személyiség összefüggései. Identitástatusz és szociometriai pozíció*. Nem publikált szakdolgozat. ELTE pszichológia szak, Budapest.

Szabó István (2010). Nemzeti identitás és politikai szocializáció. Új Ifjúsági Szemle, 8(1), 74-98. http://www.ifjusagugy.hu/uzsi_kotetek/UISZ-26.pdf. Utolsó letöltés: 2018.11.02.

Topolski, D. T., Donald, P. L., Todd, E. C., Collin, H. E., Frederick, C. A. & Kiomi, M. K. (2001). Quality of Life and Health-Risk Behaviors among Adoles-

cents. *Journal of Adolescent Health*, 29, 426-435. doi:10.1016/S1054-139X(01)00305-6

Vazsonyi, A. T. (2003). Parent-adolescent relations and problem behaviors: Hungary, the Netherlands, Switzerland, and the United States. *Marriage and Family Review*, 35, 161-187. doi:10.1300/J002v35n03_09

Vikár György (1980). *Az ifjúkor válságai*. Budapest: Gondolat Kiadó.

Waterman, A. S. (1982). Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18(3), 341-358. doi:10.1037/0012-1649.18.3.341

Absztrakt

Az identitás a személy önmeghatározásán kívül arra is vonatkozik, hogyan viselkedik az egyén interperszonális vagy szociális kontextusban (Baumeister, 1986). Az identitás-alakítás folyamatában rendkívüli szerepet töltenek be a fiatal életében jelenlévő referenciaszemélyek, jelentős mások, akik által nyújtott társas támogatás mint pszichoszociális erőforrás támogathatja az identitásalakítás folyamatát (Kaplan, Cassel és Gore, 1977). A serdülőkori identitás befolyásolja a fiatal jövőképét, önértékelését, meghatározza a társas helyzetekhez való viszonyát is (Szabó, 2010).

Kutatásunk célja egyrészt a 9-10. osztályos középiskolás diákok és az elsőéves egyetemisták identitásálapotának feltárása volt, másrészt annak vizsgálata, hogy a különböző identitásállapotok milyen összefüggést mutatnak az önértékeléssel és a társas támogatás mértékével. A vizsgálati személyek a Rosenberg Önértékelés Skálát (Sallay, Martos, Földvári, Szabó és Ittész, 2014), az EOM-EIS-II Interperszonális identitás alszkáláját (Bennion és Adams, 1986, magyarul Biegelbauer, 2003; Szabó, 2003) és a Multidimenzionális Társas Támogatás Kérdőívet (Papp-Zipernovszky, Kékesi és Jámbori, 2017) töltötték ki.

Vizsgálatunk bebizonyította, hogy mind a serdülők, mind a fiatal felnőttek esetében a magasabb önbizalom és az észlelt társas támogatás, főként a barátok és a jelentős mások tekintetében, segíti a valódi identitás állapot elérését, míg a diffúz identitás alacsonyabb önértékelés pontszámmal és szignifikánsan alacsonyabb mértékű baráti és jelentős másoktól észlelt támogatással járt együtt. Kutatásunk meggyőzően bizonyítja, hogy az önértékelés és a társas támogatás jelentős szerepet játszik mindkét korosztálynál a valódi identitás állapotának elérésében.